左・右ヒーターで調理をする

揚げる（揚げもの温度コントロール）

お知らせ
●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に揚げものはできません。

適温サイン
切/スタート 1秒押し　とろ火｜弱火｜中火｜強火　◀｜▶　メニュー
4 5　3　2

⚠警告
●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない
●油は200g（220mL）～800g（880mL）の範囲で調理する

準備 油を入れた付属の天ぷら鍋をIHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2 メニュー を押し、**「揚げもの」を点滅させる**

3 ◀｜▶ を押し、**油温を設定する**

4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**
メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら調理する

●200gの油で調理する場合は調理物をこまめに裏返してください。

5 調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

6 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「適温」を表示します。
●800gの油で約10分かかります。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

天ぷら鍋のお手入れは ➔P.39

温度調節の目安

付属の天ぷら鍋・油800g（880mL）の場合

●油温設定は調理時の温度目安です。油量や材料により異なります。また材料が入っていない場合は、やや高めの温度になります。

⚠警告

揚げもの調理中は

●揚げもの調理中はそばを離れない
●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない
付属の天ぷら鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因となります。
●鍋底が変形したものは使わない
●油は200g（220mL）未満では調理しない
油は200g（220mL）～800g（880mL）の範囲で調理してください。鍋が違ったり油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多すぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。

●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はヒーターの中央に置く
●必ず揚げもの温度コントロールを使用する

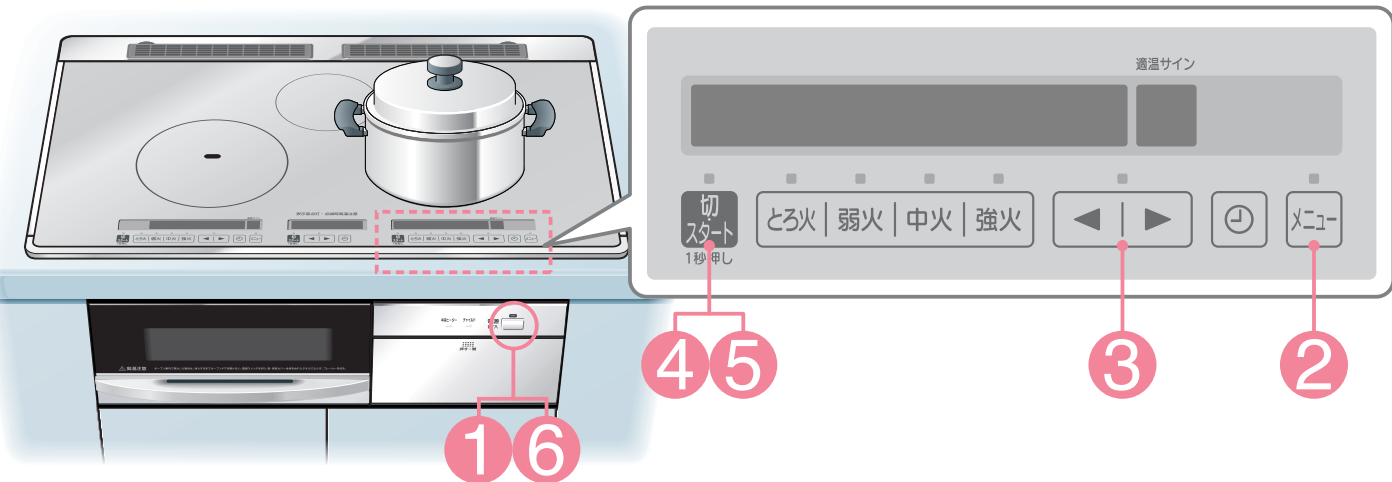
ご注意

■次のような場合、揚げもの鍋反り検知自動停止が作動し、通電を停止することがあります。
・鍋底が約2mm以上反っていたり、変形した鍋を使用した場合（鍋を交換する ➔P.5）
・鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着している場合（お手入れをする ➔P.15、39）
・予熱中に油を注ぎ足した場合（揚げもの温度コントロールの設定をし直す ➔P.18）
●油の種類によっては油煙が出る温度が異なります。（油の説明書を確認してください。）
●付属の天ぷら鍋は絶対に空だきしないでください。
●再使用油は油煙が出やすくなります。

■揚げもの調理中に隣のIHヒーターで湯をわかすなどを行う場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。

■廃油凝固剤を使用する場合は、廃油凝固剤の取扱説明書をご覧ください。

保　温

お知らせ　●右ヒーターで説明しています。

準備　材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

1　電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2　メニュー を押し、**「保温」を点滅させる**

3　◀｜▶ を押し、**温度を設定する**

4　切/スタート を約1秒押し、**通電する**

●保温中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
●長時間保温すると焦げつく場合があります。

5　保温が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

6　続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

お知らせ
●保温できるのは、汁物（みそ汁、スープなど）やカレー、シチューのみです。（ごはんや炒めものは保温できません。）
●保温できる量は約200～800gまでです。
※必ず調理終了後のあたたかい調理物を保温してください。

メニュー選択

保温温度設定

カレー、シチューなど　みそ汁、スープなど

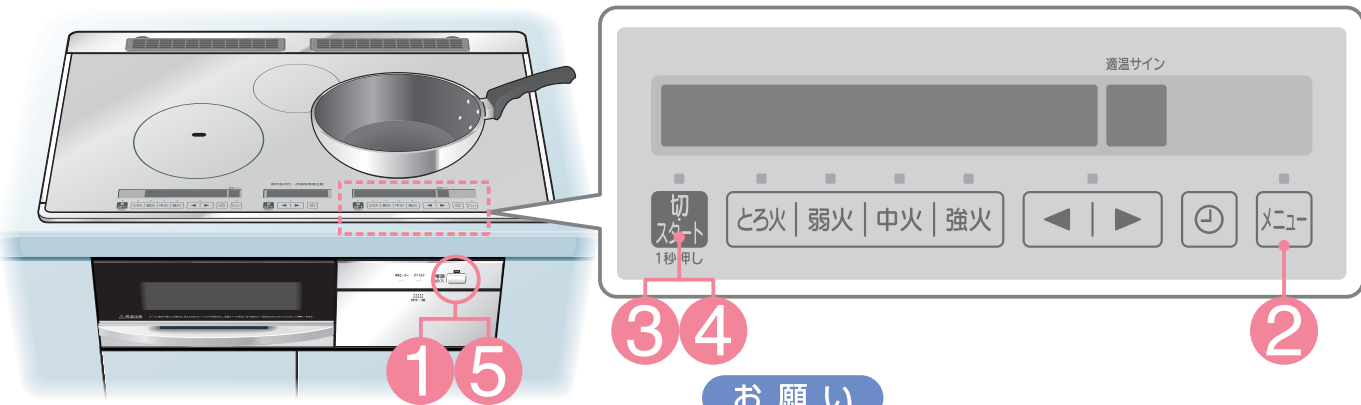
●温度は目安です。調理物の種類や量、鍋の材質・大きさにより実際の温度と異なる場合があります。
●保温中も温度を変更できます。

●最大約45分で自動的に通電を停止します。
タイマーを使うときは ➔P.35

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

適温サイン　炒めもの・ステーキ

材料の投入タイミングをお知らせし、一定の温度を自動で保ちます。

お知らせ　●使用できるフライパンには制限があります。➔P.12
●右ヒーターで説明しています。

準備　温度を正しくはかるため必ずフライパンをIHヒーターの中央に置く

1　電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2　 を押し、**「炒めもの」**または**「ステーキ」を点滅させる**

3　**フライパンに油を入れてから**
切/スタート を約1秒押し、**通電する**

温度を正しくはかるためフライパンを中央から動かさない

メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら調理する

●連続して調理する場合は、手早く調理物を器に盛り、フライパンを戻してください。

4　調理が終わったら、または火力を調節したい場合は
切/スタート を押し、**通電を切る**

●火力を調節したい場合は、お好みの火力でご使用ください。➔P.16

5　続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

お願い
●「高温注意」表示が消灯しトッププレートが冷めてからご使用ください。
●熱いフライパンは十分冷ましてからご使用ください。
（油が過熱され、発火するおそれがあります。）
●予熱途中でフライパンをとりかえない、フライパンを動かさない。
●油煙が多く出たら電源を切る。
●フライパンはヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れない。
●適温になるまでフライパンに材料や水を入れないでご使用ください。

メニュー選択

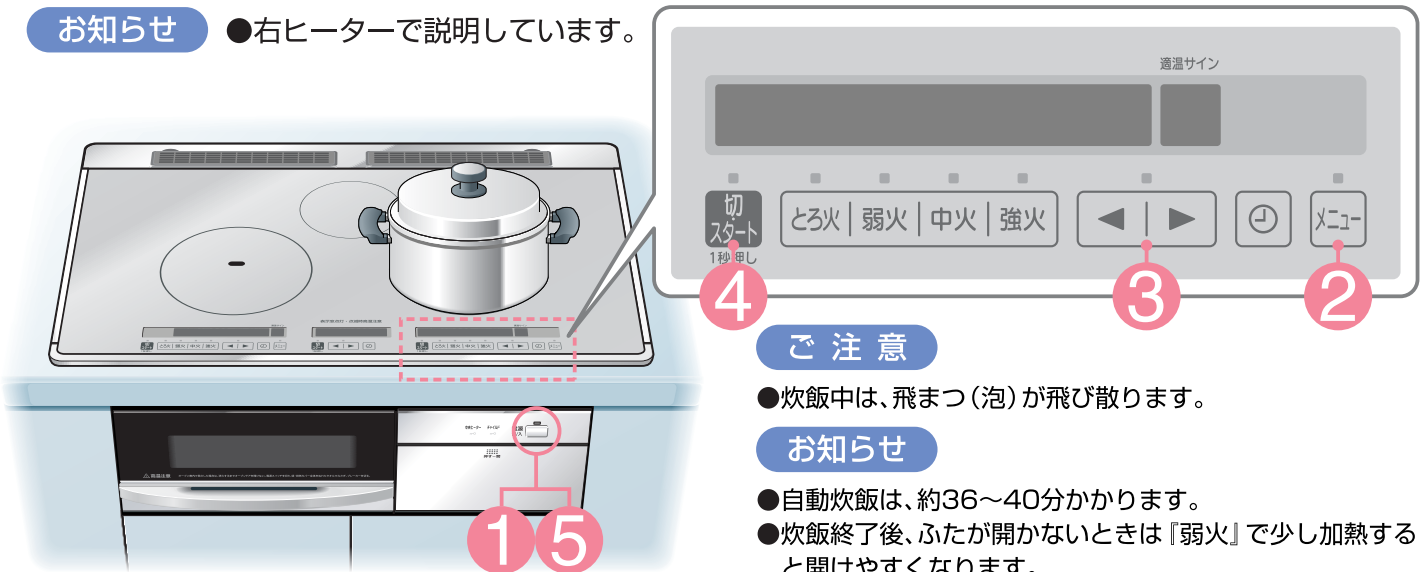
適したメニュー			
炒めもの	●野菜炒め ●焼きそば	●ホイコーロー など	
ステーキ	●ステーキ ●チャーハン	●しょうが焼き ●オムレツ など	

●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「**適温**」を表示します。（メロディー）
●推奨フライパンの場合は、約1分で「**適温**」表示になりますが、推奨フライパン以外で適温サインに使えるフライパンは、安全に予熱を行うため約1～3分かかる場合があります。➔P.12
お急ぎの場合は、お好みの火力でご使用ください。➔P.16
●「**適温**」表示後、約15分で自動的に通電を停止します。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

左・右ヒーターで自動調理をする

自動炊飯

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。

ご注意

●炊飯中は、飛まつ（泡）が飛び散ります。

お知らせ

●自動炊飯は、約36～40分かかります。
●炊飯終了後、ふたが開かないときは『弱火』で少し加熱すると開けやすくなります。
●炊飯の残時間が確定すると残時間を表示します。
●鍋の種類によって、ごはんに芯が残るなど、うまく炊けない場合は、炊きかげんの設定を「強め」に調節してください。

準備 材料を入れた鍋 ➔P.23 をIHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2 メニュー を押し、**「炊飯」を点滅させる**

3 ◀ | ▶ を押し、**お米の量を設定する**

お米の量設定

1カップ　2カップ　3カップ

4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

「高温注意」表示中は通電できません。

●炊き上げ後、蒸らしが終わると、メロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

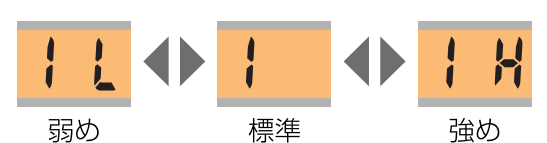
炊きかげん設定

●お好みにより炊きかげん（鍋底の焦げ具合）が調節できます。
通電スタート後のランプ点滅中（約10秒間）に ◀ | ▶ を押します

弱め　標準　強め

5 自動炊飯が終わったら **すぐにほぐす**

続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

炊飯の準備

1 米の量をはかる

●1～3カップが炊けます。
●炊き上がりをお好みのかたさにしたいときは、水量を増したり減らしたりしてください。（増減する量は10%までにしてください。）

白　米	水
1カップ（180mL）	220mL
2カップ（360mL）	420mL
3カップ（540mL）	550mL

無洗米	水
1カップ（180mL）	240mL
2カップ（360mL）	450mL
3カップ（540mL）	630mL

●米を計量カップではかるとき

- 炊飯器のカップ（180mL）▶ すりきりではかる
- 市販のカップ（200mL）▶ 180mLの目盛りに合わせる

× ○ ×

2 米を研ぐ

●充分に洗い流してください。（おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因になります。）
●無洗米をご使用のときは、水を入れてにごりが強い場合は軽くすすいでください。

①たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨てる。

②「研ぐ→洗い流す」をくり返し、水がきれいになるまで洗う。

3 米を研いだらざるに上げて充分に水切りをする

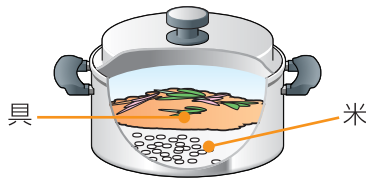
●ざるに上げたまま放置しないでください。（米が割れてべちゃつきの原因になります。）

4 水を入れ30分以上浸し、水を含ませる（冬場は1時間以上）

●お湯は使わないでください。（芯が残る原因になります。）
●アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、べちゃついたりする場合があります。
●無洗米は、必ず底からかき混ぜ米と水をなじませてください。

炊き込みごはんを炊くとき

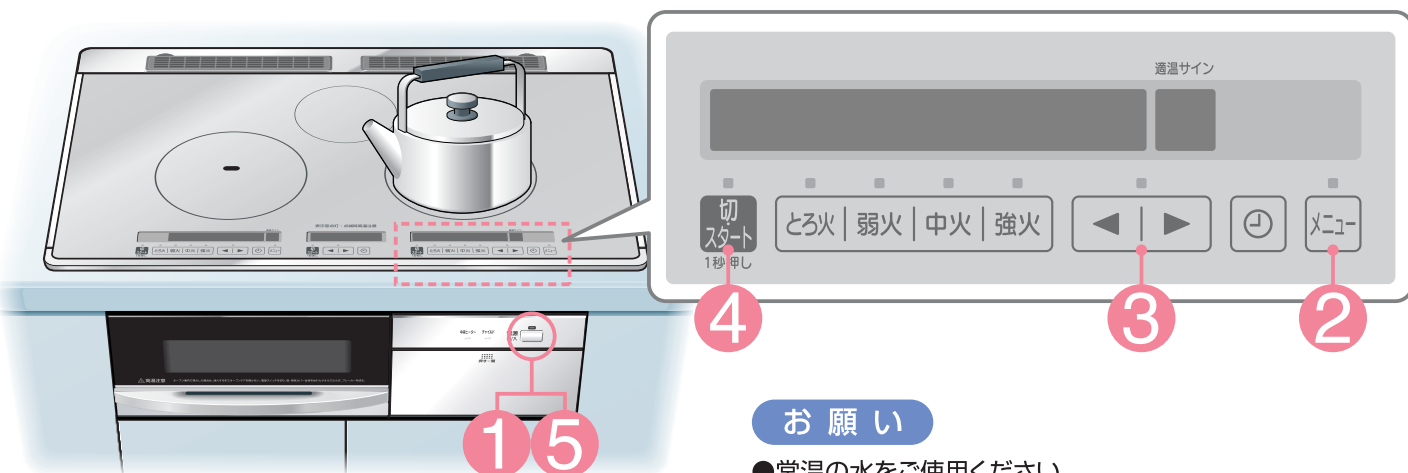
●水量…調味料の分量だけ減らす（米は水だけで浸す）
●具……米の重さの30%程度

炊く直前に、調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。

お知らせ カップ数をまちがえて設定した場合

●5分以内であれば、切/スタート キーを押し、一度通電を切り、再操作できます。
●5分以上たつと、自動では炊けません。　火力調節して炊いてください。
• 沸とうまで火力「4」、蒸気が出たら火力「1」（約15分）→通電を切って蒸らす。

左・右ヒーターで自動調理をする（つづき）

自動湯わかし

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。

お 願 い

●常温の水をご使用ください。
●水以外のだし汁やスープ、ミルク、むぎ茶パックなどをわかさないでください。
●水量は1～2L（満水量の60%）までとしてください。
●必ずふたをしてください。

準備 水を入れた鍋ややかんをIHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2 メニュー を押し、**「湯わかし」を点滅させる**

メニュー選択

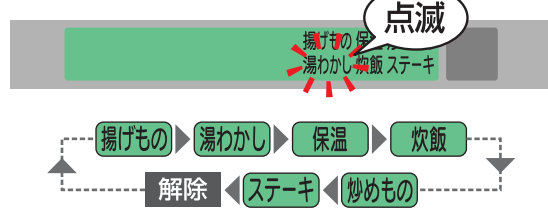
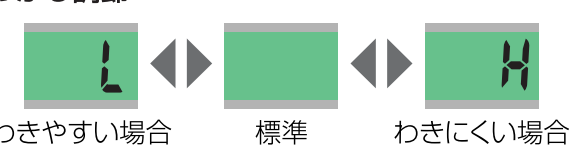
3 ◀ | ▶ を押し、**湯わかし調節をする**

湯わかし調節

わきやすい場合　標準　わきにくい場合

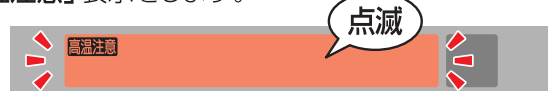
4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

「高温注意」表示中は通電できません。

●お湯がわくとブザーが鳴り、約1～5分間保温します。
●保温が終わるとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

湯わかし中
ふたの開閉、水の追加はしないでください。
お湯がわくとブザーが鳴ります。

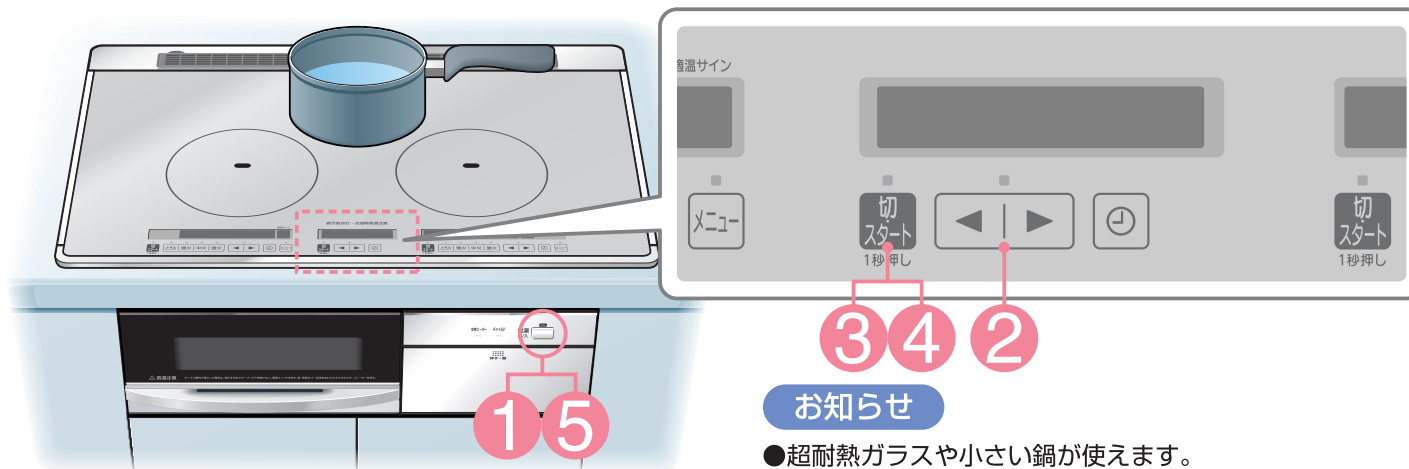
●鍋の材質・大きさ・水温・水量などにより、お湯がわく前にブザーが鳴ったり、わいてもすぐに鳴らない場合があります。

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

中央ヒーターで調理をする

温める

⚠警告

●**中央ヒーター使用中や使用後しばらくは高温になっているので、トッププレートに触れない**
中央ヒーターは赤熱し、トッププレートの表面が高温となり、やけどのおそれがあります。
●**可燃物を載せない**
火災の原因となります。

お知らせ
●超耐熱ガラスや小さい鍋が使えます。

⚠注意
●調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節してください。

準備 材料を入れた鍋を中央ヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2 ◀ | ▶ を押し、**ランプを点灯させる**

●調理中に火力を調節するには

を押す。

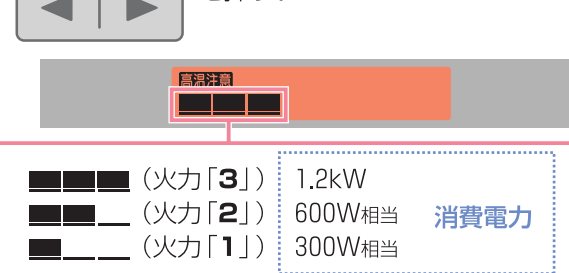
表示	火力	消費電力
■■■	（火力「3」）	1.2kW
■■	（火力「2」）	600W相当
■	（火力「1」）	300W相当

タイマーを使うときは➔P.35

3 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

調理する

4 調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

ご 注 意

●中央ヒーターは、火力のコントロールや温度調節機能が働くため、ヒーターが赤くなったり消えたりすることがありますが故障ではありません。（火力「3」の場合でも温度調節機能が働き、ヒーターが赤くなったり消えたりします。）
●中央ヒーターの中に見える斜めのすじは、温度調節機能のセンサーです。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

● 切/スタート を押してから

を押しても通電できます。